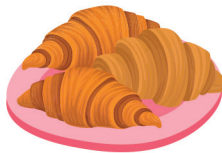
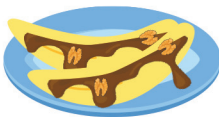
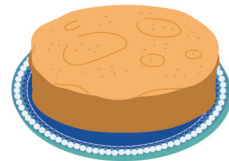
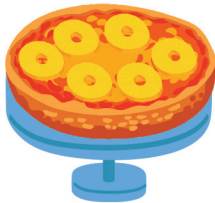


Вкусная ВЫПЕЧКА



Готовлю сам без мамы



Издательство АСТ
Москва
2025

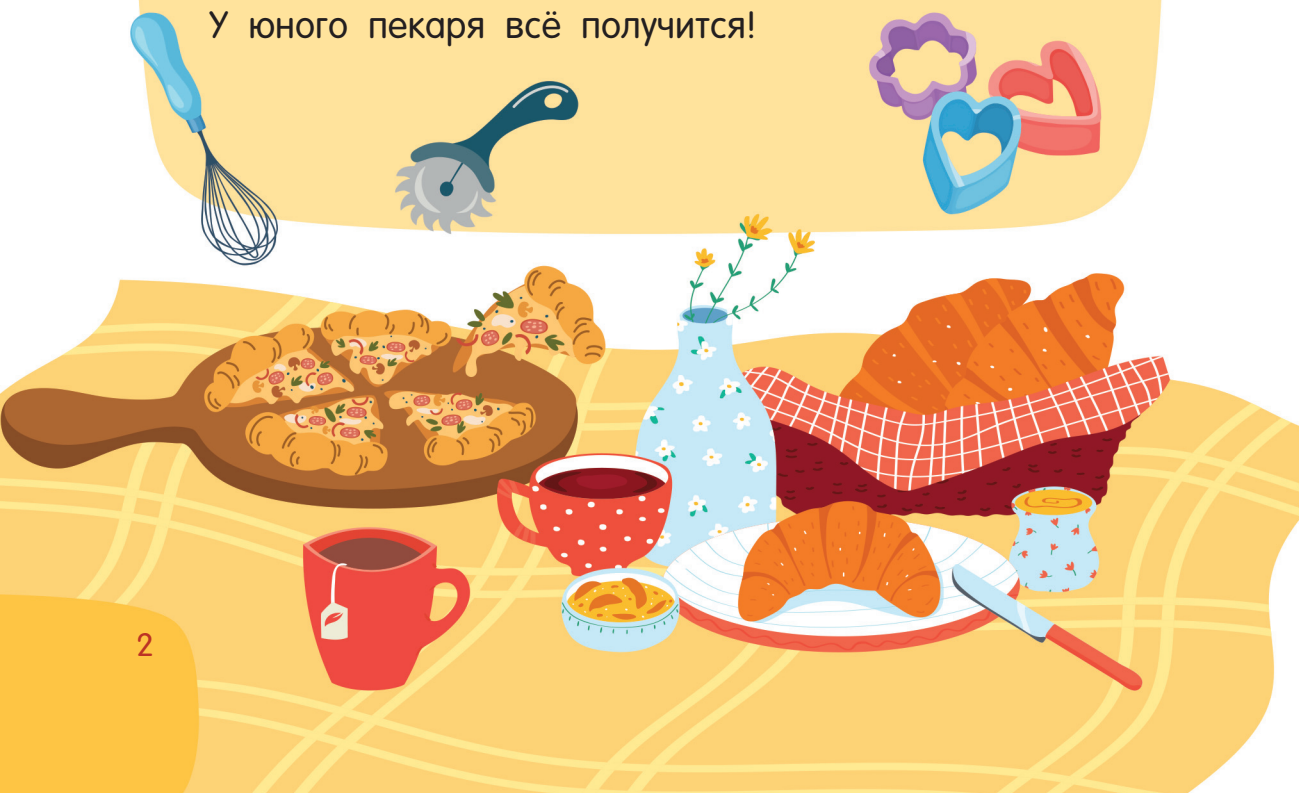
ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!

В ваших руках кулинарная книга для самых любознательных ребят, которые хотят научиться печь вкуснейшую выпечку: сладкие и несладкие пироги, запеканки, торты, пирожки из дрожжевого теста, круассаны и многое-многое другое.

Ребёнку очень нужна ваша поддержка, потому что стать настоящим пекарем не так-то просто. Как замесить тесто и приготовить начинку? Для чего нужны кухонные принадлежности? Как пользоваться духовкой и микроволновкой? Найти ответы на все эти вопросы и раскрыть ребёнку кулинарные тайны вы сможете, когда будете готовить вместе.

Вперёд — навстречу новым знаниям!

У юного пекаря всё получится!



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



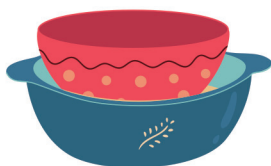
СЛОЖНОСТЬ



КОЛИЧЕСТВО
ПОРЦИЙ



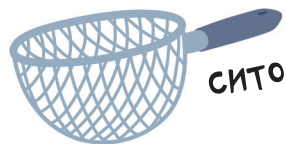
ВРЕМЯ
ПРИГОТОВЛЕНИЯ



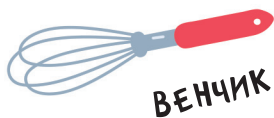
МИСКИ



ВЕСЫ



СИТО



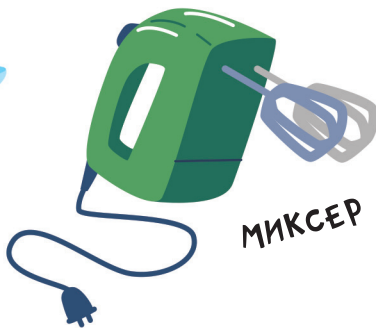
ВЕНЧИК



ПРИХВАТКИ



БЛЕНДЕР



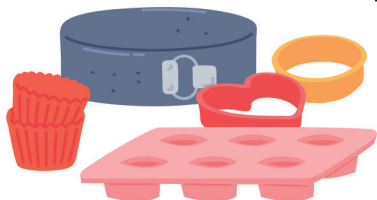
МИКСЕР



СКАЛКА



МЕРНЫЙ
СТАКАНЧИК



ФОРМЫ ДЛЯ ВЫПЕЧКИ



ПРОТИВЕНЬ

ПРАВИЛА НАСТОЯЩИХ ПОВАРОВ

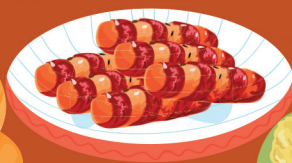
Привет, друг! Добро пожаловать в чудесный кулинарный мир! Теперь ты настоящий повар. Но перед тем, как начать готовить, нужно выучить несколько правил.

- ◆ Перед началом работы нужно получить разрешение шеф-повара (мамы, папы, дедушки, бабушки или других взрослых).
- ◆ Шеф должен скоординировать действия повара: рассказать, что и откуда взять, как этим пользоваться.
- ◆ Повар не хватается за горячие формы для выпечки и тарелки. Используй прихватки или специальные рукавички.
- ◆ Если что-то разбилось, не хватай осколки руками. Позови шеф-повара, он обязательно поможет тебе решить проблему.
- ◆ Готовь только из свежих продуктов. Всегда проверяй срок годности на упаковках.
- ◆ Настоящий повар не только готовит, но и убирает за собой. На рабочем месте не должно остаться грязной посуды.
- ◆ Повар всегда красиво сервирует стол.





НЕСЛАДКАЯ ВЫПЕЧКА



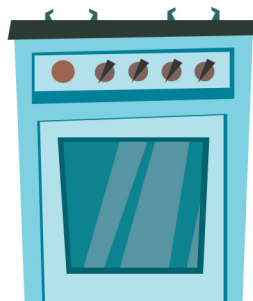
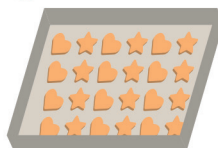
Несладкая выпечка



КРЕКЕРЫ ОТ ЁЖИКА



- ◆ Включи духовку на температуру 170°С.
- ◆ Смешай муку с содой, солью и дрожжами в миске.
- ◆ Чуть-чуть подогрей молоко. Растопи сливочное масло в микроволновке и смешай с молоком.
- ◆ Влей получившуюся жидкость в муку и перемешай, чтобы получилось тесто.
- ◆ Нарезь зелёный лук, натри сыр и добавь их в тесто вместе с кунжутом.
- ◆ Замеси тесто руками до однородности. Раскатай его в тонкий пласт и нарежь формой, которая тебе нравится.
- ◆ Выпекай крекеры 15 минут.



ЗАЯЧИЙ ПИРОГ

Несладкая выпечка



◆ Нашинкуй капусту и нарежь лук. Положи их в глубокую миску. Разомни овощи руками, чтобы они дали сок.

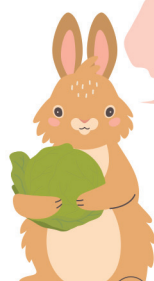
◆ Растопи сливочное масло в микроволновке и добавь его к капусте и луку.

◆ В отдельную миску разбей яйца, добавь муку и сметану и перемешай до однородности.

◆ Вылей тесто к капусте, посоли и поперчи по вкусу, а затем хорошо перемешай и выложи получившуюся массу в форму для запекания.

◆ Выпекай пирог в заранее разогретой духовке при температуре 170°C примерно 45–50 минут.

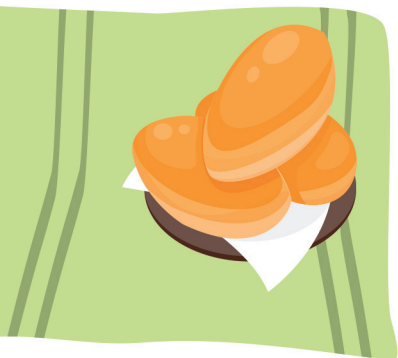
◆ Натри сыр на крупной тёрке. Через 45–50 минут посыпь пирог слоем сыра и выпекай до корочки.



Бабушкин
рецепт!

Несладкая выпечка

ПИРОЖКИ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ



- ◆ Возьми глубокую миску и просей в неё муку через сито.
- ◆ В отдельную мисочку высыпь дрожжи и одну чайную ложку сахара. Залей тёплой (не горячей!) водой. Оставь смесь на 15 минут, чтобы дрожжи активировались. За это время образуется пенная «шапочка».
- ◆ В другую чашу разбей одно яйцо, добавь соль, чайную ложку сахара и взбей венчиком до однородности.
- ◆ Подогрей молоко и влей его в яичную массу. Добавь дрожжи и перемешай.
- ◆ Влей в получившуюся смесь растительное масло и снова перемешай.



◆ Постепенно начинай добавлять муку. Не торопись и не высыпай всё сразу, иначе тесто будет сложно замесить. Сначала вымешивай муку венчиком, затем — руками.



◆ Когда сделаешь нежное тесто, положи его в глубокую тарелку, накрой полотенцем и поставь в тёплое место на полтора часа.



◆ Пока тесто «поднимается», займись начинкой. Свари 5 яиц вкрутую (10 минут после закипания воды) и остуди их в холодной воде. Затем почисти яйца и нарежь.

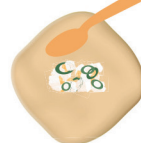


◆ Помой и нарежь лук. Смешай яйца и лук.

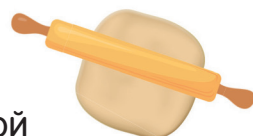
◆ Когда тесто стало примерно в 2,5 раза больше, чем было, осторожно достань его из миски и слегка примни. Теперь раздели тесто на 17 равных частей — столько пирожков у тебя получится!



◆ Раскатай каждую часть теста в круглую лепёшку. На середину лепёшки выложи столовую ложку начинки. Защипни пирожок, чтобы начинка не вывалилась.



◆ Когда все пирожки будут слеплены, разбей яйцо в миску и взбей его вилкой до однородности. Помажь яичной смесью пирожки — так они станут румяными.



◆ Выпекай пирожки в разогретой до 180°C духовке 25 минут до румяности.



Несладкая выпечка



ЗАПЕКАНКА С КАБАЧКАМИ



Ингредиенты		Мясной фарш
Молоко 4 ст. ложки		300 г
Масло растительное 2 ст. ложки		Болгарский перец 1 шт.
Помидоры 2 шт.		Лук репчатый 1 шт.
Соль		Яйца 4 шт.
Картофель 3 шт.		Сыр 50 г
		Кабачок 700 г

- ◆ Нарезь кубиками кабачок, лук, сладкий перец и выложи их в миску.
- ◆ Добавь в миску мясной фарш и перемешай.
- ◆ Очищенный картофель натри на тёрке.
- ◆ Форму для выпечки смажь растительным маслом и выложи картофель.
- ◆ Поверх картофеля равномерно положи фарш с овощами и сверху укрась нарезанными дольками помидора.
- ◆ Взбей венчиком яйцо с молоком и равномерно вылей в запеканку. Сверху посыпь тёртым сыром.
- ◆ Запекай 35 минут при температуре 190 °С.